



BAR INTEGRALE

MENÜPLAN KALENDERWOCHE 21

MONTAG, 20.05.2019

Blattsalate mit Datteln und Granatapfel

Linguine mit Pesto und Süßkartoffel-Chips

Passionsfrucht-Joghurt [G]

DIENSTAG, 21.05.2019

Coleslaw mit Karotten und Senf [M]

Frühlingsgemüse mit Mandel-Couscous [A]

Bananen-Chia-Pudding [G]

MITTWOCH, 22.05.2019

Kreolische Linsenbällchen

Kartoffelgratin mit Ratatouille

Marinierte Früchte

DONNERSTAG, 23.05.2019

Salat von Tomaten und Gurken mit Quinoa

Toskanische Bohnensuppe, dazu geröstetes Brot [A]

Mohncreme mit Kardamomkirschen [G]

FREITAG, 24.05.2019

Avocadocreme mit Brot [A,G]

Gegrillter Oktopus auf Wokgemüse und Glasnudeln

Gefüllter Blätterteig mit Beeren [A,G]





LISTE DER ALLERGENE

A - Glutenhaltiges Getreide

Weizen, Roggen, Gerste, Dinkel, Grünkern, Einkorn, Hafer, Kamut

B - Krebstiere

Krebse, Garnelen, Hummer, Shrimps, Langusten; Erzeugnisse aus Krebstieren

C - Ei

Eier von Geflügel und Erzeugnisse daraus

D - Fisch

Fische (alle Arten) und Fischerzeugnisse

E - Erdnuss

Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse

F - Soja

Sojabohnen/-sprossen und daraus gewonnene Erzeugnisse

G - Milch oder Laktose

Milch von Säugetieren und daraus gewonnene Erzeugnisse

H - Schalenfrüchte

Schalenfrüchte wie z. B. Mandeln, Haselnüsse etc. und daraus gewonnene Erzeugnisse

L- Sellerie

Alle Selleriearten und daraus gewonnene Erzeugnisse

M - Senf

Senf, Senfkörner, Senfpulver, Senföl, Senfsprossen

N - Sesam

Sesamsamen, Sesammehl, Sesampaste, Sesamöl, Sesamsalz

P - Lupinen

Lupinenmehl, Lupinenprotein, Lupinenkonzentrat

O - Sulfite

Schwefeldioxid und Sulfite, z. B. Wein, Trockenobst, Tomatenmark

R - Weichtiere

Alle Muschelarten, Austern, Schnecken, Oktopus, Tintenfisch, Calamares

